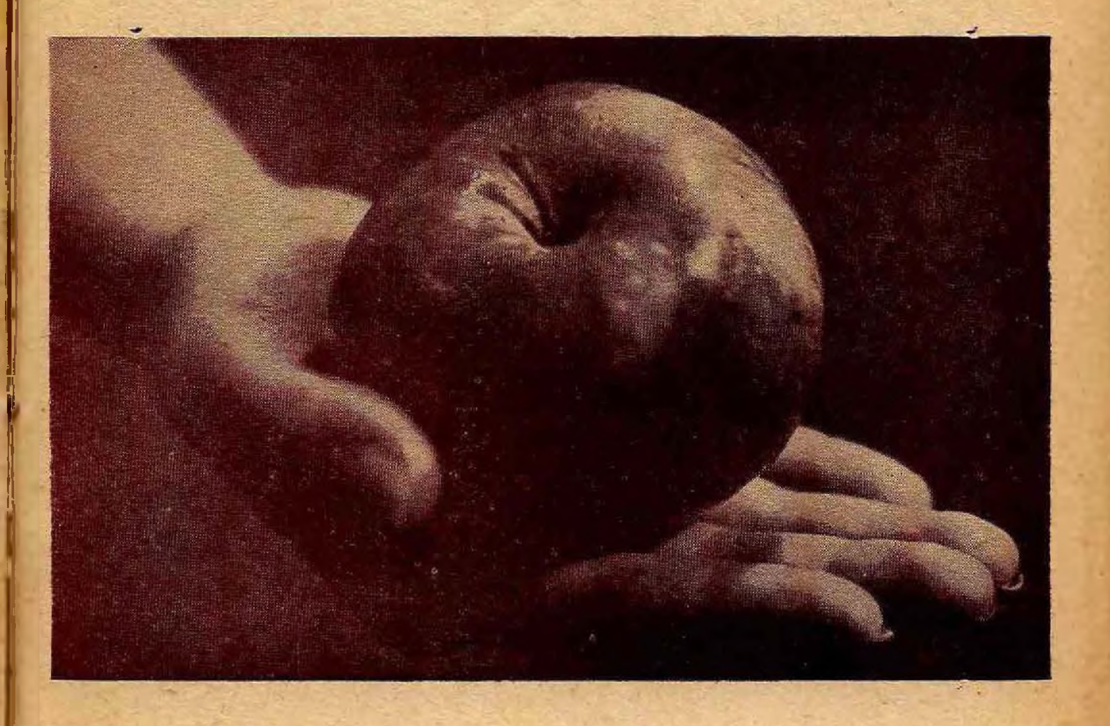
ROSA - CRUZ DE ORO

XVII 54



LA MANZANA NO FUE LA FRUTA PROHIBIDA....

FRATERNIDAD ROSA-CRUZ ANTIGUA

REVISTA DE CIENCIA ROSA-CRUZ

ORGANO DEL CENTRO ROSA-CRUZ DE BOGOTA - COLOMBIA

Director: ISRAEL ROJAS R. — Apartado 1416.

Tarifa Postal Reducida - Licencia Nº 45 del Ministerio de Correos y Telégrafos

AÑO XVI —— JUNIO DE 1960 —— Nº 54

LA MANZANA NO FUE LA FRUTA PROHIBIDA

La Manzana no fue la fruta prohibida en el jardín de "El Edén". Convénzase Ud. leyendo los capítulos 2º y 3º del Génesis, donde se habla del primer pecado, o sea de la caída del hombre, tal como se le suele llamar.

Lea Ud. especialmente en el Capítulo 2º los Versículos 16 y 17, que dicen: "Y mandó Jehová Dios al hombre, diciendo: De todo árbol del huerto comerás; más del árbol de la ciencia del bien y del mal no comerás de él, porque el día que de él comieres, morirás".

De tal suerte, que no se trata de ninguna manzana, sino del árbol de la ciencia del bien y del mal; ahora, pase Ud. al Capítulo 3º y lea el Versículo 3º que dice: "Mas del fruto del árbol que está en medio del huerto, dijo Dios: No comeréis de él, ni lo tocaréis, porque no muráis". Y el 6º Versículo: "Y vio la mujer que el árbol era bueno para comer, y que era agradable a los ojos, y árbol codiciable para alcanzar la sabiduría; y tomó de su fruto, y comió; y dio también a su marido, el cual comió, así como ella".

De al suerte, que se trata del árbol de la ciencia del bien y del mal y de su respectivo fruto, y en *modo alguno de la manzana.*

No solamente la manzana no ha sido nunca prohibida, sino que es altamente recomendable en la nutrición, por su gran contenido en fósforo, hierro, vitaminas y sales minerales, como nos lo va a enseñar el experto naturalista.

MANZANO

De la Obra "Medicina herbaria"
por Alcover.

Arbol frutal muy conocido, su fruto la manzana es agradable, sana, digestiva, nutritiva y muy medicinal.

Contiene vitaminas: A, B_1, B_2, PP y C.

Como también muy buenas proporciones de sales minerales, de: potasio, fósforo, sodio, calcio, hierro, magnesia y azufre, y demás otras substancias muy útiles para mantenernos en buen estado de salud: azúcar, celulosa, goma, albúmina, ácido-gálico, ácido málico y silicio.

Se recomienda comerla en abundancia a las personas anémicas, por ser esta fruta vitalizadora de energías y constituír un valioso tónico reconstituyente, depurativo, aperitivo cerebral y nervioso.

La manzana es esencialmente purificadora y eliminadora de impurezas, que intoxican el organismo. Es rica en oxígeno que asimila la sangre, facilitando la actividad de los pulmones en los estados asmáticos.

Es muy útil contra las afecciones del estómago, mala digestión, estreñimiento, inflamaciones del tubo digestivo, biliosidad, trastornos hepáticos, ictericia y bazo.

La manzana comida con cáscara, se recomienda para curar la anemia cerebral, la debilidad general, pobreza de sangre, etc.

Combate el insomnio, disuelve los cálculos del hígado y de los riñones, se recomienda contra la gota, el reumatismo y las enfermedades de la piel.

Las manzanas poseen propiedades antisépticas, desinfectan la boca. El jugo de manzanas es útil en casos de difteria; se hacen gárgaras con el jugo y también se toma a toda hora. Este jugo también sirve de colirio; se aplica por gotas, varias veces al día, para curar los ojos irritados.

El jugo de esta fruta, es muy bueno para combatir la fiebre y la hiperclorhidria, es fresco y depurativo.

La corteza de manzanas en cocimientos, constituye una excelente bebida refrescante, sana, agradable, digestiva, depuratíva, pectoral y tónica.

Un régimen de manzanas y pan tostado, además de ser nutritivo, corrige el estreñimiento y desintoxica el organismo.

Hay que comerla bien madura.

SUPERACION O DEGENERACION

Superación o Degeneración, he ahí el dilema de los seres humanos.

En esta conclusión psicológica, no existe excepción alguna, como la hemos podido comprobar en nuestra constante observación de la vida humana.

Los campesinos, tienen un axioma, con el mismo sentido de la conclusión anterior:

"El que no avanza, retrocede".

Efeéctivamente el sér humano debe ser muy consciente de esta verdad, pues los que no toman un derrotero de superación, retroce-

den frente a la dignidad y a la responsabilidad. A falta de un ideal de ennoblecimiento o de superación, los seres humanos sin excepción, caen en vicios inevitables, siendo el más común, y por lo tanto el más ordinario *el alcoholismo.*

Hemos visto preciosas vidas de personas con cualidades, inteligentes y nobles, que al no tomar un derrotero de superación, han caído en el pozo siniestro del alcoholismo, convirtiéndosen en rémoras para así mismos, para sus familias y para la sociedad en general.

Efectivamente, no es posible conservar la vida humana, en la neutralidad de pasividad o indiferencia, el que no avanza, retrocede.

En toda las actividades de la existencia, existen posibilidades ilimitadas de superación; sea Ud. consciente de esta verdad, y trabaje por ser superior cada día en la línea de sus actividades, y al mismo tiempo, no descuide la parte ideal o espiritual de su existencia.

Si es Ud. agricultor, Ud. debe pensar, cómo mejorar sus tierras; para tal efecto, debe Ud. estudiar manuales sobre Agronomía, que le enseñen la manera de evitar la erosión de su territorio, y el correcto aprovechamiento de los abonos, los cuales son siempre necesarios para llevar a sus tierras las sales minerales que van perdiendo en el proceso de la proliferación y multiplicación de las especies que cultiva. No olvide que los mejores abonos, son los de origen animal y vegetal, como el estiércol y el humus vegetal.

Si Ud. es zapatero, estudia los textos que le den idea para perfeccionar su corte y el montaje de su calzado, y así se irá Ud. superando en su oficio.

Si es sastre, puede perfeccionar los cortes y la armonía de las líneas, mirando los textos que sobre esa técnica existen, y estudiando estética. Cualquiera que sea su oficio o profesión, Ud. tiene un campo ilimitado de progreso, refinando su técnica, concentrando su atención y en fin, dedicando verdadero cuidado al sentido de superación en todos los campos del humano vivir.

Además, no debemos en ningún modo descuidar el aspecto conscientivo y moral de la existencia, para tal efecto le recomendamos leer y estudiar las obras de los siguientes autores: O. S. Marden, Atkinson, Ramacharaca, Vivekananda, Max Heilden, R. Trine, etc.

De todas maneras no olvide: que el que no avanza en la vida, retrocede hacia los instintos y degeneradores vicios, que están destruyendo la armonía y felicidad de la raza.

EL HOMBRE DE LA EXPOSICION MERIDIONAL

¿No habéis pasado un otoño en sanatorios de altura? Entonces recordaréis que el encargado os alabará extremadamente ciertas habitaciones que están expuestas al mediodía. Todas las otras buenas condiciones que pueda reunir la hospedería, quedan obscurecidas ante el hecho de que las mejores habitaciones miran al medio día. La sola

palabra produce en nuestra mente la sensación de brisas balsámicas, el resguardo contra los glaciales vientos del norte, los acariciadores rayos del sol, luz y calor. ¡Oh, esa exposición meridional! ¡Cuántas cosas encierran estas dos palabras!

Ahora bien; siendo una gran cosa en un aposento, ¿por qué no ha de serlo en un hombre? ¿Te has encontrado alguna vez con el hombre de la "Exposición Meridional"? ¿El hombre que se encara con el sol? ¿Te has fijado cómo lleva en él las inspiradoras vibraciones solares? ¿Recuerdas cómo las arrugas y el ceño desaparecen, de los que están en su presencia? ¿Recuerdas cómo, bastante tiempo después que se separa de nosotros, nos acaricia la memoria de su presencia, que permanecen como un estímulo las vibraciones de su pensamiento? Todos conocemos a este hombre de la "Exposición Meridional". Dios le bendiga. Sin él no podríamos ir adelante. Hay varios de ellos repartidos en todas las partes del mundo. Les damos diversos nombres, pero es siempre el mismo hombre. Después que hemos sentido el glacial frío del norte, emanado de esas personas negativas con las que nos ponemos en contacto, es un alivio para nosotros aproximarnos a alguien que lleva con él las brisas cálidas y confortantes del Sur, el hombre de la "Exposición Meridional".

Así como las vibraciones del sol brindan vida, energía y fuerza a todos los seres vivientes, así este hombre aporta pensamientos positivos, brillantes y felices, que nos estimulan, animan y fortalecen. Irradia sol y paz en todas direcciones, y reanima la naturaleza de los que han quedado casi helados al contacto de gentes del tipo opuesto. ¡Oh! Es una gran cosa ésta de la "Exposición Meridional" en un hombre.

El mira el sol frente a frente; es un optimista; ve siempre el lado brillante de las cosas, y acoge todo lo que tiene vida. VIVE. Se las compone para extraer alegría de las cosas más superficiales y molestas, y sigue su camino con la sonrisa en los labios y una fe inquebrantable en el Absoluto. Vive su vida, un día en una vez, amando todas las criaturas de Dios, acarreando un mensaje de esperanza y valor, y una sugestión de ayuda a toda la humanidad. Es la sal de la tierra, y la vida perdería su perfume si nos lo arrebatasen. ¡Y cuán mullido parece haberse creado para él el sendero de la vida! No importa la estación en que sea colocado, qué pequeño grado de prosperidad material pueda, aparentemente, haberle cabido, cuáles puedan ser sus alrededores y cercanías; saca todo el mejor partido; recibe los rayos del sol y se regocija; posee la "Exposición Meridional".

Es grande y tolerante, misericordioso y ajeno a todo rencor; desprovisto de Odio, Envidia y Malicia; libre de Temor y Recelo. Se cuida de sus asuntos, y concede a los demás el mismo privilegio. Está rebosante de Amor, y lo irradia a todo el mundo. Camina a través del mundo por su vía soleada, recibiendo apaciblemente las cosas que conducen a otros a la desesperación y a la miseria. Su paz se exterioriza, y aquellos que se aproximan a él sienten su presencia. No busca

amigos o amor; la amistad y el amor van a él como por derecho propio; los atrae. Las gentes se alegran cuando le ven venir y se afligen cuando se separa de ellos. Los niños, y aun los animales se acercan a él, pues ven en él un amigo y protector. Tan casa suya es el taller del obrero, como el palacio del aristócrata; todo es casa suya, y mide a los habitantes con el mismo rasero.

Se siente hermano del santo y del pecador; ama a los dos igual, pues no quiere la destrucción del último. Procura siempre el bien del pecador, y no por el pecado del santo, aun cuando sabe que ambos existen. No es fariseo; reconoce dentro de sí mismo todo lo que hay dentro del santo y del pecador; sabe que no está limpio de pecado, y así no osa tirar la primera piedra. Estando en conctacto con el sol, sabe que éste luce lo mismo para el santo que para el pecador; siente que, cuando Dios derrama los rayos de sol sobre el más desobediente de sus hijos, puede él prodigar su amor al más degradado de sus hermanos. No condena, porque esto es prerrogativa que ejerce Dios, y no se cree con méritos para juzgar. Cree que el mundo está conducido con arreglo a sólidos principios, que Dios conoce justamente el todo de la cosa, y no requiere ningún gratuito consejo del hombre.

Trabaja y trabaja bien. Encuentra placer en su trabajo, goce en sus humildes labores. Le place crear cosas; se siente orgulloso de este deseo, pues siente que es una herencia de su Padre. No labora precipitadamente; no se aturulla. Tiene sobra de tiempo; la Eternidad dura siempre y él está en ella. No teme a la muerte, ni a la vida; sabe que todo es Uno.

Sigue su camino, obra lo mejor que puede, y deja que cada cual siga el suyo.

Tiene inquebrantable fe en el Absoluto; cree en la infinita Justicia y en el Bien Definitivo. No teme a su Padre; no puede encontrar sitio para el Temor, en lo que llena el Amor. No cree que haya una sima insondable donde su amante Padre intente precipitarle; tiene demasiada confianza en su Padre para pensar así. Cree que es ya bastante infierno el de la tierra para quemar y hacer pavesas las equivociaciones y la ignorancia del hombre. Conoce que su Padre está cerca de él, pues ha percibido la presión de su mano. En la obscuridad de la noche, ha entrevisto la presencia del Padre; por el resplandor del luminoso relámpago ha visto su Forma, momentáneamente, y esta memoria arde en su cerebro. Se encara con el sol, este hombre de la "Exposición Meridional".

Es sencillo, amante, bueno. Es el Electo. Es una profecía del Futuro, y está en crecimiento. En el árbol de la vida hay óptimos pimpollos que el sol del Espíritu convertirá en espléndidos ramos, los cuales llenarán el mundo con la deliciosa fragancia del Amor.

Aquí tenemos ciertos seres que han venido entre nosotros silenciosamente y sin anuncio. Han encontrado sitios ya dispuestos para ellos. Y han venido para preparar un camino a sus hermanos, que están aún en los linderos del futuro, trabajando quietamente para

prepararles casa a los hermanos no nacidos aún, que están por venir. Son los predecesores de la Raza Futura. Sonriamos, burlémosnos, persigamos, envilezcamos, compadezcamos; no importa. Dios los envía; han de entregar Su mensaje, que es el motivo de su venida. El mundo puede fruncir el entrecejo, encogerse de hombros, tocarse la frente significativamente; pero estos recién venidos sonríen, porque ellos saben, ¡vaya si saben! Conceptúan que esas abigarradas multitudes son como niños en lo tocante a conocimiento espiritual; muchos de ellos peor aún.

Percatémosnos de esos seres; ellos hacen sentir su presencia. Ejercen en silencio poderosa influencia y moldean la opinión pública, más eficazmente que los encastillados reformadores, los omnipotentes jefes y las gesticuladoras figuras que se mueven en el primer término del escenario. Y las gentes que son tratadas así, intrumentos en las manos de Dios, son esos hombres apacibles que se encaran con el sol; esas gentes que poseen la "Exposición Meridional".

Si tú sientes el toque de llamada para reunirte con estas gentes, no resistas, sino contesta plácidamente: "He oído; obedezco; voy". Dejad que la semilla madure en la planta, que la planta se llene de hojas, crezca y florezca. Cuando sientas el impulso, no resistas; expónte al sol, recibe sus vibraciones y todo irá bien. Pero no temas; llevas dentro el amor que ahuyenta el temor: coloca tu mano en la del Absoluto y di:

"Condúceme y guíame".

Después de errar tantos siglos, estás en camino de tu casa.

ATKINSON.

El que es rey de sí mismo, agita alegremente su cetro, y no envidia la gloria de los reyes del mundo.

No perdamos el entusiasmo. Pongamos toda nuestra admiración en todo lo que ennoblece y todo nuestro interés en todo aquello que magnifica y embellece nuestra vida.

No existe día que no traiga consigo la ocasión de hacer un bien nunca hecho hasta ese momento.

Dante

(Evolución). — Por Víctor Hugo

En medio del camino de la vida,
un hombre vi surgir de entre la tarde.
Como a solemne emperador romano,
le cubría con sus pliegues-roja clámide.

Se detuvo ante mí. . . Sus ojos hondos
sacudieron mis nervios al mirarme,
y al fulgor misterioso del poniente
me dijo con acento electrizante:

Fui cordillera en tiempos muy remotos,
rica en cumbres de paz e ígneos volcanes;
encina fui después y tuve el culto
de cándidos mancebos y vestales.

Más tarde fui león, cuyo rugido
sacudía las vastas soledades
y rasgaba el silencio de la noche.
Soy hombre ahora y se me llama DANTE.

VISION PANORAMICA DE PAISES ORIENTALES

JAPON

En el mapa aparecen las islas japonesas, recortándose como una guirnalda sobre el limpio azul del Océano Pacífico.

Sobre ellas reina un cielo puro de finas nubes plateadas.

La tierra está salpicada de jardines y frondosos árboles, por entre los que asoman las casitas de madera con graciosas cubiertas rizadas.

El suelo se extiende en suaves colinas y anchos valles y picos volcánicos, que se reflejan en los lagos tranquilos.

Pocos países del mundo tienen tan bellos paisajes.

En pocos lugares del mundo el hombre ama a la naturaleza como aquí, y la cuida y dispone como un escenario maravilloso.

Pueblo de hombres pequeños de estatura, pulidos y corteses, nerviosos y enérgicos, patriotas y guerreros. Mujeres graciosas y afables, de color marfil.

Hermoso país de las flores y de las sedas, del té y de los extensos arrozales, de las porcelanas finísimas, de los pintados vestidos, de las ciudades adornadas con papeles y sedas y luces amarillas, verdes y rojas. . .

H. ALMENDROS.

La mística Shinto es la religión arcaica o primitiva del Japón, más tarde ,vino el budismo y la absorbió. El culto Shinto tiene como sagradas escrituras el libro llamado "KOJIKI", que es análogo a la Biblia, en que ambos empiezan con la cosmogonía, pero el "KOJIKI" hace surgir a los hombres de los dioses y no del lodo de la tierra, como aparece en la biblia. Es decir, que el pueblo japonés no respalda sus deficiencias en ningún "Adán", sino que cada ser humano se hace completamente responsable de sus actos, y no los encubre hipócritamente como lo hace el occidental, atribuyendo sus defectos, no a sus propias debilidades, sino a sus progenitores, llamados "Adán" y "Eva"; de tal suerte, que en la tradición Shinto, el hombre tiene que ser más sincero, al asumir la responsabilidad directa de sus actuaciones.

También en el culto Shinto aparece devoción por la naturaleza en sus bellas expresiones y culto a los Manes de sus antepasados; porque el hombre es, gracias a la cadena de relaciones generativas en tiempo y espacio y por ello si hoy somos humanos, es porque ayer, nuestros antepasados nos engendraron y con solícitos cuidados atendieron nuestra evolución y desarrollo; de ahí, que el culto a los manes y al Padre y a la Madre, son los que engrandecen verdaderamente la tradición de los pueblos.

NOTA: En las próximas entregas de esta Revista, presentaremos sucesivamente la visión panorámica de los diferentes países orientales.

K A R M A

La palabra KARMA se ha venido convirtiendo en algo común en todos los idiomas occidentales, como en el inglés, alemán, francés, italiano y castellano, debido a la penetración de la filosofía oriental y por tal razón las gentes comunes y corrientes utilizan ya este término, pero no dándole siempre el correcto sentido.

La palabra KARMA viene de la partícula SANSCRITA KRI, que quiere decir acción, y las reacciones consecuenciales de la acción. De tal suerte que la palabra KARMA, no significa bien, ni mal, la palabra KARMA significa acción y reacción, análoga a la palabra nuestra NEMESIS.

De tal suerte que se debe hablar de KARMA, en el sentido de acción y reacción, ya sea buena, ya sea mala. Es decir, que KARMA es sencillamente Ley de consecuencia.

Todos los que estudian filosofía oriental, deben aclarar en su inteligencia el sentido exacto de la palabra KARMA, como acción y reacción, sin vincular el sentido al aspecto negativo o malo, como suelen hacerlo muchas gentes incorrectamente informadas.

La palabra KRIYA, también se está utilizando mucho por los estudiantes de YOGA, sin darle el sentido exacto, y por tal razón es indispensable dar a conocer su verdadero valor: KRIYA, quiere de-

cir exactamente acción, acto. De tal suerte que KRIYA-YOGA es simplemente acto Yoguístico, y nada más allá, pues no encierra otro misterio la palabra KRIYA, que acción, acto, ejecución.

RENOVARSE ES VIVIR

Por ROLF ALEXANDER

En la India Septentrional tuve una vez el privilegio de conocer a un anciano extraordinario. El sol no llevaba una hora sobre el horizonte cuando llegué a su retiro, cubierto de flores. Desde los formidables Himalayas, coronados de nieve en sus picos, que formaban el telón de fondo de la vivienda, hasta el valle envuelto en niebla que se percibía borrosamente allá abajo, el mundo me parecía un sueño de frescos encantos. En ese escenario, el anciano salió a recibirme, erguido, poderoso, firmemente plantado sobre sus nervudas piernas, alta la cabeza, entreabiertos los labios por una sonrisa cordial.

Mi asombro fue grande, pues en la aldea del valle se me había dicho que ese hombre tenía ya algo más de cien años de edad, y ahora me daba la impresión de un hombre particularmente fuerte, en lo mejor de la vida.

Más tarde, en el transcurso de la conversación que sostuvimos, me explicó su fórmula para la conservación de la juventud.

"La Naturaleza —me dijo amablemente— aborrece la monotonía. Salga usted fuera de la casa, examine el panorama un centenar de veces por día y comprobará que cada vez es distinto. El efecto de la luz y la sombra es la causa principal de todo eso, pero no contenta con ese cambio incesante del escenario, la Madre Naturaleza cambia por completo sus ropajes varias veces al año. Las nieves del invierno dan paso a las vívidas alfombras de verdor de la primavera y ésta a los ocres y marrones del verano, que a su vez ceden ante los grises del otoño.

"Vivimos, doctor Sahib, no en un orden fijo de cosas, sino en un mundo de continuos flujos y reflujos. Las civilizaciones y naciones antiguas se debilitan y mueren, y sobre sus ruinas se construyen nuevas civilizaciones distintas. Sistemas sociales que parecen la misma esencia de lo estable y lo sereno, son arrasados de la noche a la mañana, instalándose en su lugar otros nuevos. Un sólo descubrimiento científico puede alterar el destino político y económico de todo el mundo. ¡Hasta esas mismas montañas que usted ve, el verdadero espinazo del mundo, son constantemente destruídas por las lluvias y los ríos, para formar nuevas tierras en otras partes!

"Ustedes los médicos nos dicen que, cada segundo que pasa, las células que forman nuestros cuerpos físicos nacen y mueren, por lo cual, desde el tuétano de nuestros huesos hasta nuestros cabellos, cambiamos totalmente nuestros cuerpos una vez cada varios meses.

"¿No es maravilloso pensar en el espíritu humano, el alma, abriéndose paso a través de ese mar cambiante de acontecimientos, como una luz colocada al tope del mástil de un buque, única inalterable en un mundo de inestabilidad, desenvolviendo más y más posibilidades luminosas al entrar en contacto con nuevas situacioes y problemas?

"Porque ese mar cambiante fue destinado por el Creador como escuela del alma, Sahib, y la única manera en que el alma puede desenvolver sus infinitas potencialidades es por medio de experiencias. En resumen: el secreto de la vida y la felicidad es éste: buscar nuevas experiencias y desdeñar todo estancamiento. Intentar todos los días un nuevo paso en la elevación de las espiritualidad, buscando nuevas y más elevadas aventuras. El cuerpo no muere mientras el alma lo necesita. Es únicamente cuando hemos cesado de aprender, o nos aburre la monotonía, que hacemos a un lado nuestros cuerpos, y, después de un descanso para asimilar nuestras experiencias, regresamos a un nuevo cuerpo y a un suevo ambiente, en busca de nuevas experiencias.

"Cuando cumplí los setenta años aprendí algo del arte de pintar. Cinco años después, empecé a aprender el violín, y desde entonces me he dedicado a la horticultura, los idiomas y la astronomía, que es mi distracción actual".

"Pero —le interrumpí— algunos dirán que el precio de su constante estudio es demasiado elevado para una simple continuación de la existencia física".

El anciano me miró sonriendo:

"Y tendrían razón —respondió—. Sería un precio demasiado alto para la existencia física únicamente, pero estudiando aprendemos mucho más sobre el gran universo de credos y sabiendo más sobre él, estamos mejor equipados para gozarlo y buscar en él nuevas experiencias, desarrollando así más y más la naturaleza interior de nuestra alma. Tenemos toda la eternidad ante nosotros y lo que aprendemos en esta vida habrá de ser nuestro en la forma del instinto en la vida siguiente. "No ha visto usted a esos niños prodigio, según creo que les llaman en Occidente, que nacen con ciertas formas de sabiduría y a una temprana edad superan en mucho a especialistas de mucha más edad?"

El anciano Guru era sabio y su fórmula buena. El estancamiento significa la muerte. Todos nosotros, lo deseemos o no, somos aventureros espirituales, en marcha siempre hacia esa región mística que se extiende detrás de las montañas, en la cual reinará la belleza y el diamante bruto del alma, será tallado, pulido, hasta que refleje esa belleza con un inenarrable gozo.

Las trincheras empapadas de sangre de los campos de batalla; la larga y peligrosa subida de las montañas cubierta de resbaloso y traidor hielo, que parece acechar nuestro menor resbalón para precipitarnos al abismo; el hambre que muerde las entrañas y grita pi-

diendo alimentos; las brutalidades e injusticias que se cometen contra nosotros, cuando nada podemos hacer para defendernos; la traición del ser a quien amábamos, más que a nuestra propia vida; las enfermedades que aprisionan al cuerpo y lo torturan... Todo esto y muchas otras experiencias parecen, en efecto, muy crueles, pero sinceramente, ¿estaríais dispuestos a eliminar ninguna de las experiencias que habéis tenido en la vida? Creo que no. Tal vez todos nosotros eliminaríamos con gusto de nuestras vidas algún recuerdo doloroso de un episodio deshonroso, pero no estaríamos dispuestos a eliminar de nuestras vidas, algún recuerdo doloroso de un episodio y volver a nuestro estado anterior, de ignorancia e inexperiencia, pues en esa forma nos desprenderíamos de un poco de nuestro carácter... de nosotros mismos. Y si continuásemos desprendiéndonos de los frutos de nuestras experiencias retrogradaríamos inevitablemente al estado del hombre de las cavernas, ya que todo conocimiento, no es sino experiencia realizada.

Así como el tallador de piedras preciosas, pone la piedra en bruto contra la rueda de pulir y le da vueltas en todos sentidos a fin de ir desgastando las aristas toscas y cortar las facetas que habrán de aumentar la belleza y brillo de la piedra, la mente universal pule nuestra alma en las ruedas de la experiencia y de cada una obtenemos un poco más de conocimiento interior. Cada uno de nosotros, en todos los instantes, está exactamente donde debe estar, para adquirir la necesaria experiencia que sigue. En vidas pasadas, hemos tenido experiencias a millones y en el futuro seguiremos teniéndolas. Todos sabemos que ciertas cosas no constituyen una tentación para nosotros y nos preguntamos un poco asombrados, cómo es posible que puedan tentar a nuestros amigos. Pero eso significa simplemente que nosotros hemos pasado ya por esa experiencia en alguna vida pasada y ya no tenemos la menor necesidad de ella. Es por esto que no debemos nunca excedernos en nuestras críticas contra nadie, pues hasta el ladrón, la prostituta y el asesino están solamente en un grado distinto de la misma escuela a la cual asistimos nosotros: La Vida, y están en un grado del cual ya salimos nosotros o al cual tendremos que ir. Por otra parte, recordad que cuando criticáis a otra persona, estáis tocando la cadena de la causa y el efecto, que debe inevitablemente convertiros a vosotros en objeto de crítica y que, a su debido tiempo, el haz de luz de la linterna que habéis enfocado en él, os será enfocado a vosotros, con intereses.

Por medio de vuestra enfermedad habéis ganado mucho: tolerancias hacia las quejas de los demás, simpatía hacia los que sufren, piedad para aquellos que aparentemente han fracasado en la vida, paciencia y valor ante vuestras propias lamentaciones y una mayor riqueza espiritual, por haber pasado la experiencia. Pero tened cuidado, no sea que la piedad y la simpatía os hundan en un tembladeral de ineficacia. Recordad siempre que VOSOTROS estáis solos, que pasáis por este cambiante mar de la vida solos y que, aunque podéis

encontrar muchos amigos amables y enemigos enconados, todos ellos son como "buques que pasan en la noche": se encuentran con vosotros por un instante, bajo la luz de los faros, y al instante siguiente se han hundido ya en la oscuridad. Porque también ellos tienen un destino, hacia el cual avanzan inexorablemente. Hasta los seres amados, a quienes desearíamos retener para siempre, tienen que desaparecer de entre nosotros. La norma de la sabiduría es, por lo tanto, gozar la alegría de vuestras amistades todo cuanto os sea posible, como aprovecharíamos la conversación de un compañero de viaje, para matar las horas aburridas del mismo, ayudándoles todo lo que nos sea posible, pero comprendiendo que la caravana tiene que llegar a su destino, que el buque tiene que entrar a puerto y, desaparecida la razón de la pasajera amistad, nos veremos obligados a decir "Adiós", para encontramos tal vez nuevamente en esta vida, o en la venidera.

Aprender a no esperar ayuda de los demás, sino a buscarla dentro de vosotros mismos, puesto que VOSOTROS poseéis todos los poderes y atributos de todas las almas vivas y vuestra mente intelectual crea la necesidad de su desenvolvimiento. Cuando dependéis de otros para solucionar vuestros problemas, pasáis por alto una experiencia y retardáis vuestro propio desarrollo. Es muchísimo mejor intentar y fracasar por vuestro propio esfuerzo, que dejar vuestro problema para que otro lo resuelva con éxito. Porque son precisamente nuestros fracasos, los que nos enseñan más que nuestros éxitos.

Todo esto podría resumirse tal vez en el viejo proverbio oriental de dice: "Ningún hombre es tu amigo y ninguno es tu enemigo: pero todos son tus maestros". Si cultiváis la actitud científica hacia la vida, sin esperar nada de los demás, sin criticar nada, poniendo en todo vuestro máximo esfuerzo, no por el elogio que pudiera provocar o por la esperanza de recompensa, sino porque al hacerlo así, estáis cooperando inteligentemente con el plan de Lo Absoluto y cumplís vuestro destino, escaparéis a la monotonía e ineficiencia y descubriréis que, conforme váis empleando vuestro propio poder, éste os será aumentado.

Finalmente, recordad que el poder no es hijo de la debilidad, como tampoco la utilidad es hija de un sentimentalismo mal entendido. Es mucho mejor levantar al hermano caído y darle aliento para que continúe, con un grito de guerra, que abrazarle y derramar lágrimas de simpatía. Las herramientas con las cuales tenéis que trabajar son la fuerza y la resistencia, y esas filosofías que debilitan la fuerza y la resistencia espiritual, son equivocadas, como lo demuestra concluyentemente el laboratorio de la historia. El único demonio que existe, es el demonio de la inercia, siempre presente para susurrar tentadoramente al hombre que elija la senda más fácil, o a no hacer nada y dejar que los demás lo hagan por él, hasta que la víctima se convierta en una grotesca caricatura de un sér humano, débil eco

y herramienta de cualquier carácter más fuerte, que le domina. Cuando en lugar de hombre, son naciones enteras las que sufren ese mal, están maduras a todas las invasiones de los encallecidos bárbaros, que les despojan de todas sus libertades hasta que, después de siglos de esclavitud, surge tal vez un conductor capacitado para dirigirlos en un nuevo intento de obtener su libertad.

En la batalla de la vida, debéis aprender a ser un "guerrero feliz" sin mirar ni al pasado muerto, ni al futuro que todavía no ha sido. EL AHORA, es todo lo que poseéis. Si pudiérais volar hacia adelante con la velocidad del sonido y alguien gritase: "Ahora", ese grito os acompañaría eternamente en vuestro vuelo hacia el porvenir, y viviríais sempre en él ahora. Y bien: ahora estáis en la eternidad tanto como hayáis de estarlo jamás y ahora, este preciso instante, y en el siguiente, y en el que vendrá después, estáis creando vuestro destino. En consecuencia, no os digáis: "Mañana empezaré a practicar todo lo que he leído" Comenzad ahora y gozad de los frutos de aquello que automáticamente reemplazará al "mañana".

G I R A S O L

(Hellanthus annuus)

LA SENSACIONAL FLOR DEL SOL

Por REED MILLER

Traducción de Alfonso Santamaría S.

Muy pronto quizás, el Girasol esté supliendo al mundo con alimentos altamente nutritivos. Seguramente se comerá en tajadas con pan, en ensaladas, bizcochos, galletas y en una docena de otras formas más.

Esta flor es hoy, la predilección de los científicos, los que han descubierto que en las semillas y raíces de los varios tipos de girasoles, se hallan alimentos de gran importancia para la humanidad.

Desde cuando los naturales de Norte América mostraron la importancia nutritiva de esta planta, la gente ha masticado a dos carrillos las semillas del girasol. Ahora en la "Texas Research Foundation" de la Universidad de Illinois y otras instituciones, cultivadores de plantas están trabajando para hacer producir el girasol en más alta proporción, para lograr importantes alimentos para los sobrealimentados norteamericanos, como para los sub-alimentados pueblos de otras partes del mundo.

En la familia del girasol, la naturaleza ha llevado a cabo el milagro de producir alimento completo para todos: graso, para aqué-

llos que necesitan carbohidratos; con alto contenido de proteínas, para aquéllos que necesitan este requerimiento básico; como una comida casi sin calorías, para todos los que necesitan reducir peso.

Las semillas del girasol contienen más alto porcentaje de proteínas que el algodón o la soya, ambos notables por su riqueza en este sentido.

El girasol posee buenas cantidades de calcio, tiamina, niacina y vitamina D.

El aceite del girasol tiene uso en pastelería, en ensaladas y como ingrediente básico en la nutrición general.

Las semillas del girasol contienen una harina, que no solamente posee riqueza en aceite, sino también otros valores fundamentales en la nutrición. Hasta el 50% de la constitución de las semillas del girasol, son proteínas; los trofólogos afirman que esta semilla es tan rica en hierro, como las yemas del huevo o el hígado.

Las semillas del girasol, son también de gran importancia en la nutrición animal, como en la cría de ganados y aves de corral, poseyendo mayor cantidad de elementos nutritivos que los forrajes conocidos, como la avena, el maíz o el trigo.

Los científicos ven en el girasol, uno de los más prometedores productos, para aquéllas partes del mundo con agricultura subdesarrollada y de hambrientas muchedumbres.

Los investigadores no se han limitado solamente a observar las semillas del girasol; también están experimentando con los tallos, los cuales, machacados y comprimidos constituyen un buen combustible.

Hace 300 años exploradores franceses, hallaron que los indios comían algo semejante a grandes maníes rojos; éstos los llamaban raíces del sol y enseñaron a los blancos la planta de la cual obtenían un arbusto parecido al girasol. Los europeos regresaron llevando consigo las raíces y las cultivaron cuidadosamente, multiplicándose hoy en muchos lugares de Europa.

El girasol crece con rapidez, dando en poco tiempo abundantes frutos, así que, comercialmente este poder de crecimiento asombroso, asusta a los agricultores, dadas sus posibilidades como fuente de alimentación, la que se puede producir en menos érea de tierra que otros productos, pues tres toneladas por acre, es un rendimiento promedio en las papas; en cambio, la increíble raíz del girasol, comúnmente produce de 5 a 6 toneladas en la misma área y se han dado casos de producir hasta 20.

Esta familia de plantas crece prácticamente en cualquier lugar en abundancia y están dotadas por la naturaleza con gran potencial y riqueza alimenticia en sus semillas, troncos y raíces, y entonces se descubrirá, por qué los agricultores están seguros de que el girasol tiene un gran sitio en el futuro, tan brillante como la faz dorada de la preciosa flor llamada girasol, o más bien, hija del sol.

Capaz será de mil hazañas la voluntad férrea de un corazón esforzado.

Un enano de resolución intrépida podrá trocar el cariz de una batalla y congregar para una más noble brega a los gigantes que hubiesen emprendido la fuga.

La grandeza de los pueblos, se mide por la cultura de sus habitantes. Adquiera el hábito de leer, ilustrarse es progresar.

Esta Revista se publica con cooperaciones voluntarias y se distribuye gratuitamente.

Es más grande el que se conquista a sí mismo, que el que se siente capaz de gobernar al mundo.

Un minuto perdido sin esfuerzo conducente al mejoramiento, es una tremenda falla en la evolución.

La palabra más valiosa en el vocabulario de los negocios, no es la de ganancia, sino la de servicio. Si aplaudimos a Edison, a Field, Wanamaker o Ford es por los servicios que prestaron a la humanidad y no por los millones que acumularon.

L I B R O S

Libros, urnas de ideas;
Libros, arcas de ensueño;
Libros, flor de la vida
Consciente; cofres místicos,
que custódias el pensamiento humano;
nidos trémulos de alas poderosas,
audaces e invisibles;
atmósferas del alma;
intimidad celeste y escondida
de los altos espíritus.

Libros, hojas del árbol de la ciencia;
Libros, espigas de oro
que fecundara el Verbo desde el caos;
Libros en que ya empieza desde el tiempo
el milagro de la inmortalidad;
Libros
que estáis, como los bosques,
poblados de gorjeos, de perfumes,
rumor de frondas y correr de agua;
que estáis llenos, del saber,
de símbolos, de dioses y de arcanos.

Libros, depositarios de la herencia
misma del universo;
antorchas en que arden
las ideas eternas e inexhaustas;
cajas sonoras donde custodiados
están todos los ritmos
que en la infancia del mundo
las musas revelaron a los hombres.

Libros, que sois el camino
que el anhelo necesita
para llegar a la Verdad sin mancha.

Libros, ¡ay!, sin los cuales
no podemos vivir: sed siempre, siempre,
los íntimos amigos de mis días...!

(AMADO NERVO)